

STAGES

MARS

SAMEDI 14 : 9.30 - 12.30

Extensions avant & torsions | *tous niveaux*

Jérôme Briaux

SAMEDI 21 : 9.30 - 12.30

Pratique avec les cordes | *1 an de yoga requis*

Sophie Caraconstantis

SAMEDI 28 : 14.00 - 17.00

Exploration des postures inversées | *1 an de yoga requis*

Sophie Manent

AVRIL

SAMEDI 4 : 9.30 - 12.30

Pratique générale (*précisions à venir*)

Dominique Séchet

DIMANCHE 12 : 14.00 - 17.00

Pratique générale (*précisions à venir*)

Karl Marcillac

SAMEDI 18 : 9.30 - 12.30

Extensions arrière & 4ème chakra | *tous niveaux*

Jérôme Briaux

MAI

SAMEDI 2 : 9.30 - 12.30

Pratique générale (*précisions à venir*)

Dominique Séchet

SAMEDI 23 : 9.30 - 12.30

Pratique générale (*précisions à venir*)

Sophie Caraconstantis

TARIF POUR UN STAGE : 40 € (30 € TARIF RÉDUIT)



Renseignements & inscription : yogahuit@free.fr
ou directement auprès de l'enseignant.e